

ชื่อวิทยานิพนธ์

ผลของเทคนิคการฝึกการรู้สติให้อยู่กับปัจจุบันต่อการลด
ความวิตกกังวลในผู้ป่วยผู้ใหญ่ที่ใส่ท่อช่วยหายใจและ
เครื่องช่วยหายใจ

ชื่อผู้ทำวิทยานิพนธ์

นางสาวสุดสวาท ทิพย์สุทธิ

คณะกรรมการที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์

.....
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์พรรณงาม พรรณเชษฐ์)

.....
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ทิพย์วัลย์ โพธิ์แทน)

.....
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ศุภวัฒน์กร วงศ์ธนวิสุ)

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยกึ่งทดลอง มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลของเทคนิคการฝึกการรู้สติให้อยู่กับปัจจุบันต่อการลดความวิตกกังวลในผู้ป่วยผู้ใหญ่ที่ใส่ท่อช่วยหายใจและเครื่องช่วยหายใจ กรอบแนวคิดที่ใช้ในการวิจัย ใช้แนวคิดการเจริญสติและการทำจิตบำบัดแบบเกสตาลท์ในการอธิบายเทคนิคการฝึกการรู้สติให้อยู่กับปัจจุบัน เพื่อช่วยลดความวิตกกังวลในผู้ป่วยผู้ใหญ่ที่ใส่ท่อช่วยหายใจและเครื่องช่วยหายใจ

กลุ่มตัวอย่างคือผู้ป่วยผู้ใหญ่ที่ได้รับการวินิจฉัยจากแพทย์ว่ามีภาวะหายใจล้มเหลวเฉียบพลัน ได้รับการรักษาโดยใส่ท่อช่วยหายใจและเครื่องช่วยหายใจซึ่งเข้ารับการรักษานในหออภิบาลผู้ป่วยหนัก โรงพยาบาลหนองคายจำนวน 40 ราย ในช่วงเดือนกันยายน 2540 ถึงเดือนกุมภาพันธ์ 2541 โดยเลือกกลุ่มตัวอย่างตามคุณสมบัติที่กำหนดไว้ แบ่งกลุ่มตัวอย่างออกเป็น 2 กลุ่ม กลุ่มควบคุมจำนวน 20 ราย และกลุ่มทดลองจำนวน 20 ราย กลุ่มทดลองคือกลุ่มที่ได้รับเทคนิคการฝึกการรู้สติให้อยู่กับปัจจุบัน กลุ่มควบคุมคือกลุ่มที่ไม่ได้รับเทคนิคการฝึกการรู้สติให้อยู่กับปัจจุบัน

เทคนิคการฝึกการรู้สติให้อยู่กับปัจจุบัน ที่ผู้วิจัยจัดให้ผู้ป่วยฝึก เป็นเทคนิคที่ประกอบ ด้วยสื่ออันได้แก่ภาพและเสียง ภาพที่ผู้วิจัยคัดเลือกมาเป็นสื่อ เป็นภาพที่มีลักษณะสวยงาม มองดูแล้วสดชื่น สบายใจ มีรายละเอียดที่จะให้ผู้ป่วยคิดตามภาพ ขนาด 19x20 นิ้ว จำนวน 12 ภาพ ส่วนเสียงที่ใช้เป็นเสียงที่เกิดจากธรรมชาติ จำนวน 14 ช่วงเสียง

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ซึ่งใช้เก็บรวบรวมข้อมูลเกี่ยวกับอัตราการเต้นของหัวใจและความดันโลหิตซิสโตลิกใช้ Critikon DinamapTM plus รุ่น 8721 และแบบประเมินความวิตกกังวลใช้ The State Anxiety Inventory ของ Spielberger และคณะ (1970) ซึ่งแปลโดย นิตยา คชภักดี สายฤดี วรกิจโกศาทร และ มาลี นิสสัยสุข กลุ่มทดลองได้เทคนิคการฝึกการรู้สติให้อยู่กับปัจจุบัน โดยใช้เวลาในการฝึก ครั้งละ 20 นาที ให้ฝึกวันละ 3 ครั้ง เป็นเวลา 2 วัน รวม 6 ครั้ง

การเก็บรวบรวมข้อมูลของกลุ่มตัวอย่างทั้ง 2 กลุ่ม เก็บรวบรวมข้อมูลคะแนนความวิตกกังวล อัตราการเต้นของหัวใจ และความดันโลหิตซิสโตลิก ก่อนการทดลองและหลังการทดลอง

การวิเคราะห์ข้อมูลใช้โปรแกรม SPSS/PC+ โดยใช้สถิติการวิเคราะห์ความแปรปรวนแบบพหุคูณ (MANOVA)

ผลการวิจัยสรุปได้ว่า เทคนิคการฝึกการรู้สติให้อยู่กับปัจจุบันมีผลต่อการลดความวิตกกังวลในผู้ป่วยผู้ใหญ่ที่ใส่ท่อช่วยหายใจและเครื่องช่วยหายใจ ดังนี้

1. ผู้ป่วยที่ได้รับเทคนิคการฝึกการรู้สติให้อยู่กับปัจจุบันมีค่าเฉลี่ยของคะแนนความวิตกกังวลต่ำกว่าผู้ป่วยที่ไม่ได้รับเทคนิคการฝึกการรู้สติให้อยู่กับปัจจุบันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($P<0.05$)
2. ผู้ป่วยที่ได้รับเทคนิคการฝึกการรู้สติให้อยู่กับปัจจุบัน มีอัตราการเต้นของหัวใจไม่แตกต่างจากผู้ป่วยที่ไม่ได้รับเทคนิคการฝึกการรู้สติให้อยู่กับปัจจุบันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p<0.05$)
3. ผู้ป่วยได้รับเทคนิคการฝึกการรู้สติให้อยู่กับปัจจุบัน มีความดันโลหิตซิสโตลิกไม่แตกต่างจากผู้ป่วยที่ไม่ได้รับเทคนิคการฝึกการรู้สติให้อยู่กับปัจจุบันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p<0.05$)

จากการเก็บรวบรวมข้อมูลผู้ป่วยทุกคนในกลุ่มทดลอง แสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับการใช้เทคนิคการฝึกการรู้สติให้อยู่กับปัจจุบันว่ามีประโยชน์ ทำให้รู้สึกผ่อนคลาย และจากการสังเกตของผู้วิจัยขณะที่ผู้ป่วยได้ฝึก พบว่าผู้ป่วยส่วนใหญ่มีอัตราการเต้นหัวใจลดลงกว่าเดิม

THESIS TITLE : THE EFFECT OF HERE AND NOW TECHNIQUE ON
ANXIETY REDUCTION IN ADULT PATIENTS WITH
VENTILATOR VIA ENDOTRACHEAL TUBE

AUTHOR : MISS SUDSAWAT TIPSUT

THESIS ADVISORY COMMITTEE :

Pan-ngarm Pannachet Chairman
(Assistant Professor Pan-ngarm Pannachet)

Thippaval Photitan Member
(Assistant Professor Thippaval Photitan)

Supawatanakorn Wongthanasu Member
(Assistant Professor Supawatanakorn Wongthanasu)

ABSTRACT

The objectives of this quasi-experimental research were to study the effect of here and now technique on anxiety reduction in adult patients with ventilator via endotracheal tube. The conceptual framework used was that of mindfulness meditation and Gestalt therapy in explaining this here and now technique to reduce adult patients' anxiety with ventilator via endotracheal tube.

The sample group was 40 patients who had been diagnosed with acute respiratory failure and were treated with ventilator via endotracheal tube at the Intensive-Care Unit of Nong Khai Hospital during September 1997-February 1998. This sample group was divided into a control group and an experimental group, each with 20 patients. The control group was without the here and now technique while the experimental group was with the technique.

The here and now technique to be provided to the patients consisted of 12 beautiful and pleasant pictures, size 19 x 20 inches, with details to make patients imagine when looking at them, together with 14 pitches of natural sounds. The pictures and natural sounds were selected by the researcher.

The tool for collecting data on heartbeats and systolic blood pressure used the Critikon Dinamap TM plus, 8721 model, the anxiety evaluation used the State Anxiety Inventory of Spielberger et al (1970), translated by Nittaya Kochapakdee, Sairudee Worakitpokatorn and Malee Nissaisuk. The experimental group practised the here and now technique for 20 minutes each time, 3 times a day for 2 days, totalling 6 times.

The data collection of these 2 groups was done by collecting score data on anxiety, rate of heartbeats and systolic blood pressure before and after the experiment.

The data analysis was through the SPSS/PC+ program with the MANOVA model.

The findings :

1. The average score of patients with the here and now technique was lower than that of those without the technique, statistically significant at 0.05.
2. The rate of heartbeats of patients with the here and now technique was not different from that of those without the technique, statistically significant at 0.05.
3. The systolic blood pressure of patients with the here and now technique was not different from that of those without the technique, statistically significant at 0.05.

With the data collected from each patient in the experimental group, the finding also shows opinions on the use of the here and now technique that it was useful in terms of relaxation, furthermore, from the researcher's observation, most of the patients had a more reductive rate of heartbeats than before.